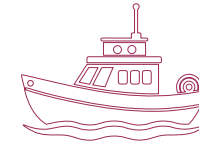


# Hausboot AUSZEIT IM BURGUND

Ein stiller Morgen am Fluss. Einschlafen mit kaum wahrnehmbarem Schaukeln. Unsere Autorin Andrea C. Bayer hat sich auf einer Hausboottour im französischen Burgund so richtig Zeit für sich genommen

Ein farbenfroher Blumenstand bringt Leben und Duft in die Straßen des Burgunds.



Die intensivsten Auszeiten sind oftmals die, von denen wir wenig erwarten. Als ich in mein Hausbootabenteuer im Burgund einsteige, weiß ich so gar nicht, was da auf mich zukommt. In relativer Hektik habe ich meine Sachen gepackt. Für die Hausboottour hatte ich mich spontan entschieden. Ich wollte mal wieder richtig raus, etwas anderes erleben, ohne Bezug zu Alltag, Freunden und Familie – einfach mal wieder ganz bei mir sein. Soviel schon mal vorweg: Ich bin noch immer überrascht, wie gut mir das gelungen ist. Die Kraft einer Hausbootreise liegt im schlichten Dasein. Im gemächlichen Dahintuckern, im Erspüren kleiner Momente, im Beobachten sanfter Landschaften. Da ist kein innerer und kein äußerer Druck, nicht mehr das Bedürfnis, am besten zeitgleich an drei Orten zu sein. Während meiner Hausboottage habe ich wieder zu einer Balance zwischen mir und meiner Umwelt gefunden. Ich konnte mich auf die Menschen an Bord einlassen und auf mich, mit all meinen Gedanken und Gefühlen, die in mir auftauchten. Wie gut, dass ich mich für diese Miniauszeit entschieden habe.

## Raus aus dem Alltag, rein ins Abenteuer

Dass sich vier Tage auf einem Hausboot anfühlen können wie ein ganzer Urlaub, habe ich im Vorfeld nicht kommen sehen. Das Tuckern des Motors, das Steuern, das Schleusen: Der schiere Gedanke löste noch auf dem Weg zu meinem Starthafen in Saint-Léger-sur-Dheune gemischte Gefühle in mir aus. Da waren Neugier und Vorfreude gepaart mit Respekt. Auch wenn ich es ohne Bootsführerschein mieten und steuern darf: 14 Meter Hausboot sind keine Kleinigkeit. Zum Glück ist das Revier, das ich mir ausgesucht habe, ein beschauliches. Selbst in der Hochsaison ist auf dem Canal du Centre in der französischen Region Bourgogne-Franche-Comté kaum etwas los, der Alltag schnell vergessen.

Meinen ersten Morgenkaffee an Bord trinke ich draußen an Deck. Ich balanciere die Reling entlang, stelle mich aufs Vorschiff und meinen Becher vor das Fenster des Fahrerstandes. Der Himmel

ist blau, die Luft ist frisch. Es fühlt sich an, als wäre ich mit dem Einzug auf dem Boot in einer anderen, friedlich-sorglosen Welt gelandet. Meine Crew deckt drinnen fürs Frühstück. Der Duft der Croissants lockt mich wieder hinein.

Was ich in diesem Moment noch nicht weiß: Ungefähr so werden auch die vor mir liegenden Tage beginnen. Der Morgen ist symptomatisch für das, was ich im

Burgund erlebe, und für das, was mir schließlich zeigen wird: Hausbooturlaub ist eine feine Sache. In der bunt zusammengewürfelten Reisegruppe habe ich erfahrene Freizeitkapitäne an Bord und wir alle haben ein Gespür dafür, wann eine extra Hand gebraucht wird. Schnell fasse ich Vertrauen, lehne mich zurück, atme tief durch und komme an. In diesem Urlaub, in dieser Landschaft, auf unserer „Pénichette“. So heißt der Bootstyp, mit dem ich unterwegs bin. Er ist alten Lastkähnen nachempfunden, die auf Französisch „péniches“ heißen. Da unser moderner Lastkahn etwas kleiner ist, bekommt er die verniedlichende Endung „-ette“.

## Zeit für die Sinne

Vier Schlafzimmer, ein Wohnzimmer, drei Bäder, Küche, Balkon: So ließe sich die „Pénichette“ in einer Wohnungsanzeige ebenso knapp wie treffend beschreiben. Es ist alles da, was man braucht.

Spannend sind die oftmals kleinen Schleusen entlang des Canal du Centre





Frisches Baguette aus dem Burgund - französische Backkunst in ihrer ursprünglichsten Form.

Ob an Deck oder in einem Café an Land: Die kleinen Pausen machen die Tour perfekt.

Mit dem Hausboot vorbei am blühenden Blauregen, der die Fassaden schmückt und die Fensterläden in zarten Violetttönen rahmt.



Fotos: © GUGU MANNSCHATZ - stock.adobe.com, Shi - stock.adobe.com, pexels.com - Lunatik Sirius, Adrea C. Bayer



„Sanftes Tuckern, sanftes Tempo und drumrum nur Landschaft: Meine Hausboottage sind wie ein Ausflug in eine andere Welt“

Für mich ist das der pure Luxus: Ich bin Paddlerin und meine üblichen Auszeiten am und auf dem Wasser finden mit einem Seekajak von 5,20 Meter Länge, 50 Zentimetern Breite und einem kleinen Zwei-Personen-Zelt statt. Das Erlebnis auf dem Canal du Centre ist ein anderes und doch gar nicht so weit entfernt von den Augenblicken, die ich auch beim Kajakfahren liebe: Das langsame Tempo entschleunigt ganz von alleine – egal, was einen bis zur Anreise noch bewegt hat. Die Wahrnehmung verändert sich; die Sinne haben ihren Auftritt. Sie dürfen lauschen, gucken, riechen. Mein Burgund riecht leicht, frisch und überall dort, wo Blauregen und Flieder unsere Wege säumen, zart süßlich. Knorrige Apfelbäume recken ihre weiß-rosafarbenen Blüten der Sonne entgegen. Rapsfelder leuchten in der Ferne. Ich fühle mich wie in einer Slow-Motion-Filmvorführung. Mein Erlebnis allerdings ist echt. Mit sanftem Fahrtwind in den Haaren, roten Wangen und einer sich immer tiefer manifestierenden Zufriedenheit.

### Baguetteduft und Froschkonzert

Als wir am vierten Tag in Chalon-sur-Saône anlegen, werde ich keine einzige Seite in dem Buch gelesen haben, das ich mir für zwischendurch eingepackt hatte. Es braucht keine zusätzliche Unterhaltung. Erlebnisse, die nacheinander stattfinden, verschmelzen zu einem stimmigen Bild in sanften Tönen. Und ich bin froh, noch eine letzte Nacht an Bord verbringen zu dürfen. Ich mag das Einkuscheln und Aufwachen in der kleinsten Kabine an Bord. Ich liege nicht weit oberhalb der Wasserlinie und schätze es, dass wir in Frankreich fast überall anlegen dürfen und nicht an Häfen gebunden sind. Das morgendliche Aufschieben der grauen Vorhänge gehört zu meinen Lieblingsmomenten: Dabei schaue ich über das Wasser hinüber auf die andere Flussuferkante, bekomme ein Gespür für das Wetter und etabliere schnell meine eigene Routine: Noch vor sieben Uhr schleiche ich mich hinaus. Ich gehe barfuß über das Deck und streife durchs morgenfeuchte Gras. An den Schirmchen der Löwenzähne hängen Tautropfen. Über dem Canal du Centre wabert ein niedriger Dunstschleier. Hinter der nächsten Flusskehre tritt die Sonne ihre Tagesreise an. Der Himmel ist voller Gelbtöne. All das sauge ich auf, fülle Kopf und Körper mit purer Freude. Der Morgen gehört allein mir. Ich gehe eine Runde spazieren, vorbei an weißen Hortensien und Bäumen, deren Blätter sich gerade entfalten. Kirchenglocken

läuten, während die Straßen und Gassen der kleinen Ortschaften noch herrlich leer sind. Nur beim Bäcker ist schon Betrieb. Heute bin ich dran mit der Beschaffung von Baguette und Croissants. Ich liebe den Duft frischer Backwaren. Lecker sehen all die Törtchen, Teilchen und Brote aus. Ja, wir sind in Frankreich. Das mit dem Genuss kann man hier – und wir haben uns recht fix eingefunden in dieses „Savoir-vivre“. Das Frühstück ist reichhaltig. Am Abend gibt's Picknick an Deck.

Wir sitzen in der ersten Reihe, wenn sich die Sonne wieder zurückzieht. Ich nehme mir ohne nachzudenken Zeit für diesen Moment und spüre, wie sich Tag und Nacht die Hand geben. Es wird kühl, die Luft wird feucht. Ich ignoriere das klare Signal der Natur, dass es wohl an der Zeit wäre, in meine Kajüte zu schlüpfen. Die Ruhe, die sich über mich legt, ist eine besondere. Bald schon haben meine Augen Pause und die Ohren übernehmen. Ein großes Froschorchester spielt auf. Sein Gute-Nacht-Lied begleitet mich auf dem Weg nach drinnen. Wohlig-müde schlummere ich ein. Die Draußenzeit tut mir gut.

wie ein roter Farbtupfer schmückt der Mohn die Landschaft des Burgunds.





### Die Entdeckung der Langsamkeit

Als ich am Folgetag wieder einmal das Steuer übernehme, tue ich das so entspannt wie noch nie zuvor. Ich weiß inzwischen, wie unsere „Pénichette“ reagiert, gebe ihr nur leichte Kommandos mit dem großen silbernen Steuerrad. Sie ist eine gemächliche und kooperationsbereite Genossin. Das macht die Sache einfach. Auch dann, wenn wir wieder einmal auf eine Schleuse zusteuern. Langsam ranfahren, Leinen vorbereiten, festmachen: Irgendwie geschieht hier alles im Modus „easy going“. Nach kleinen Landgängen und Streifzügen durch Orte und Weingüter freue ich mich jedes Mal, wieder an Bord zu sein. Die „Pénichette“ ist mein Zuhause geworden, wo ich meine Jacke an Deck liegen lasse und auch mal spät abends noch am Esstisch sitze.

In einem Hausboot ist alles anders als in einer Ferienwohnung, einem Hotel oder einem Wohnmobil. Es ist alles zugleich und doch etwas ganz Eigenes. Ich bin unterwegs und bewege mich in einem konstant niedrigen Tempo. Ich erlebe, ohne überwältigt zu sein. Das, was ich jenseits der „Pénichette“ erlebe, geschieht in einem

ähnlichen Tempo und in großer Intensität. Einmal nehme ich eines der Fahrräder von Bord und radle los. In den nächsten Ort und durch ihn hindurch. Ich bin fremd in Rully und fühle mich doch so glücklich, frei und unbeschwert wie lange nicht. Ich bestaune riesige Mohnblumen in Orangetönen und mag die regionaltypische Architektur mit ihren Steinhäusern und Fensterläden aus Holz. Auf dem Rückweg zum Boot trete ich etwas fester in die Pedale. Es geht bergab. Jetzt ist mir offenbar für einen Augenblick nach etwas mehr Action. Der Fahrtwind ist kraftvoller als auf dem Boot; die Landschaft fliegt in unscharfen Schleiern vorbei, ohne Detailtiefe. Welch schöner Kontrast, ehe ich schon wenig später wieder an Deck sitze.

### Die Magie der kleinen Momente

Es passiert wenig und doch so viel an diesen Tagen auf dem Wasser. Eigentlich ist ständig irgendetwas los – nichts Großes, nichts Spektakuläres. Der Fokus gilt den kleinen Momenten, Beobachtungen, Details. In Schleusen haben Moose und minikleine Farne, die aus den wasserüberströmten Mauern wachsen, ihren Auftritt. Je tiefer es



„Mir wurde einmal mehr bewusst, welch starke Wirkung Wasser auf mich hat. Dazu ein endloser Nachthimmel, viel Stille und das Hausboot als mein kleiner „safe space“.

Andrea C. Bayer

Die malerischen Gassen der Orte im Burgund laden mit ihrem zeitlosem Charme zu einem gemütlichen Bummel ein.

in den Schleusen hinabgeht, desto stärker ist das Gefühl von Weite und Licht beim Ausfahren. Es ist kühl in den Schleusen und mitunter ganz schön laut, wenn Wassermassen in Bewegung sind und sich die dicken Tore knarzend schließen und öffnen. Kurz vor unserem Endziel Chalon-sur-Saône passieren wir die mächtigste Schleuse auf unserem Weg: Schleuse Nummer 34b führt uns vom Canal du Centre in die Saône. Wir überwinden 10,76 Meter Höhenunterschied. Was für ein Gefühl – auch, weil es in Szenen wie diesen nichts anderes um mich herum gibt!

### Ja, ich würde es wieder tun

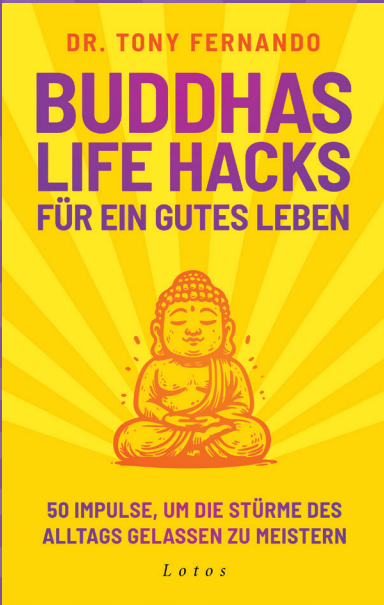
Das Anlegen in Chalon-sur-Saône bewegt mich dann doch sehr. Ich möchte nicht, dass meine Hausboottage zu Ende gehen. Noch fühle ich mich wie in einem behaglichen Kokon, in dem alles anders ist als im Alltag und dabei so unaufgeregt schön. Ich schlendere durch die Stadt und begucke Fachwerk und Häuser, die weit über die Straßen ragen. Ich finde Ruheplätze wie den Kreuzgang der Kathedrale Saint-Vincent. Dabei spüre ich, wie fremd mir der städtische Trubel in den Stunden auf dem Wasser geworden ist. Wie gut, dass Chalon-sur-Saône eine entspannte, fröhliche Stadt ist! Je länger ich umherstreife, desto mehr komme ich auch hier an. Ich nehme eine Gelassenheit wahr, die sich auf erstaunliche Weise mit der geschäftigen Fröhlichkeit der Menschen zwischen Gassen

und Plätzen vermischt. Ob es daran liegt, dass die Wurzeln der Stadt bis in die Antike zurückreichen? Gibt das dem einstigen Handelsknotenpunkt Chalon-sur-Saône diese spezielle Aura? Ich weiß es nicht, kann nur mutmaßen und feststellen: Mir haben diese Tage im Burgund unfassbar gutgetan. Sie waren so sorglos, sanft und leicht – mit einer Geschwindigkeit von sechs bis acht Kilometern pro Stunde auf dem Wasser und einem Runterfahren des Stresslevels in Nullkommanix.

Mein Fazit: Das mit dem Ankommen bei mir selbst und dem Zeitnehmen nur für mich hat überraschend gut geklappt. Der Übergang in ein völlig neues Setting hat maßgeblich dazu beigetragen, dass mein Terminkalender und dieses ständige „Ich-müsste-noch“ und Co. für ein paar Tage in eine weit entfernte Welt gehörten. Mir wurde einmal mehr bewusst, welch starke Wirkung Wasser auf mich hat. Dazu ein endloser Nachthimmel, viel Stille und das Hausboot als mein kleiner „safe space“. Ja, ich würde es wieder tun. Unbedingt. Nun aber wünsche ich mir erst einmal, dass diese Ruhe und diese tiefe Zufriedenheit noch ein Weilchen anhalten. Merci et au revoir, liebes Burgund!

Andrea C. Bayer

## Die zeitlose Weisheit Buddhas übersetzt in 50 alltagsnahe Life Hacks



ISBN 978-3-7787-8330-6, 288 Seiten, Klappenbrochure 18,00 € [D]

In einer Welt voller Hektik und Unsicherheit suchen wir nach Liebe, Glück und innerem Frieden. Dr. Tony Fernando, Psychiater und ehemaliger buddhistischer Mönch, zeigt mit 50 klaren, lebensnahen Buddha-Life-Hacks, wie wir Stress und emotionale Blockaden lösen, Gelassenheit entwickeln und unsere inneren Kraftquellen aktivieren. Humorvoll und praxisnah wird buddhistische Weisheit zum inspirierenden Kompass für mehr Ruhe, Klarheit und Lebensfreude im Alltag.

L o t o s